
¡Vamos a hacer y comer <i>Okonomiyaki</i> !	• • • P1
Lo que podemos hacer por los ODS -Pensemos en cuánta diversidad existe en la sexualidad-	• • • P2,3
Problemas de compras en línea	• • • P4

Grupo voluntario que edita la revista informativa de la
Fundación cultural e intercambio internacional de Himeji

¡Vamos a hacer y comer *Okonomiyaki*!

En los días fríos, preparemos el *Okonomiyaki* favorito de los habitantes de Kansai. Con un solo bol, todo lo que tiene que hacer es mezclar y asar para hacer el delicioso *Okonomiyaki* al estilo de Kansai "*Butatama* Esponjoso". Pruébalo.

Ingredientes (para 1 persona)

- | | |
|-------------------------------------|--|
| • 200 gramos de col | • 1 huevo |
| • 2~3 cebollas verdes | • 1 cucharada de aceite vegetal |
| • 80 gramos de harina | • Salsa de <i>Okonomiyaki</i> al gusto |
| • 40 mililitros de agua | • Mayonesa al gusto |
| • 1 pizca de <i>Dashi</i> en polvo | • <i>Aonori</i> (alga desecada) al gusto |
| • 50-100 gramos de panceta de cerdo | • Viruta de bonito seco al gusto |



Cómo hacer *Okonomiyaki* paso a paso

1. Picar la col en cuadritos de 7-10 mm. Cortar las cebollas verdes en trozos pequeños.
2. Ponerlas en un bol, añadir la harina y el *dashi* en polvo.
3. Verter el agua donde no haya harina y mezclar bien para que no queden grumos de harina.
4. Cuando la masa esté mezclada, añadir un huevo al bol y mezclar ligeramente.
(*Si se mezcla demasiado, no quedará esponjosa.)
5. Calentar el aceite en una sartén a fuego medio, ponerla y darle forma redonda. Poner la panceta de cerdo encima. Mantener a fuego medio hasta que la parte inferior esté dorada (5-6min).
6. Cuando la masa empiece a moverse al agitar la sartén, dale la vuelta.
(*Tenga cuidado ya que la masa es suave.)
7. Bajar el fuego, tapar la sartén y cocinar lentamente durante 3 minutos hasta que el interior esté bien cocido.
(*Si se presiona con una espátula, no quedará esponjosa.)
8. Cuando los dos lados estén dorados y la panceta cocida, está listo.
Servir con salsa de *okonomiyaki*, mayonesa y poner encima *aonori* y viruta de bonito seco al gusto.



Lo que podemos hacer por los ODS

– Pensemos en cuánta diversidad existe en la sexualidad –

La ciudad de Himeji tiene como objetivo crear una sociedad en la que todos puedan vivir a su manera. A partir de abril de 2022, inició la operación del “Sistema de Juramento de Pareja de la ciudad de Himeji”.

Requisitos de la pareja

- Deben ser mayores de edad sin cónyuge.
- Al menos una de las personas que va a prestar juramento debe residir en la ciudad de Himeji.
- No deben tener una relación que esté prohibida para el matrimonio según el Código Civil (parientes cercanos, etc.).

Para recibir el certificado del juramento.

1. Hacer una reservación por teléfono o correo electrónico a la División de Promoción de los Derechos Humanos por lo menos una semana antes de la fecha deseada.

Teléfono: 079-221-2376 e-mail: jinkenkeihatu@city.himeji.lg.jp

Fecha y hora del juramento: Días laborales entre 9:00a.m. y 4:00p.m.

(excepto de 12:00p.m. a 1:00p.m.)



2. Deben acudir al lugar del juramento ambas personas en la fecha y hora reservada con los documentos necesarios.

Lugar: Edificio principal del ayuntamiento de Himeji (4-1 Yasuda, ciudad de Himeji)

Documentos necesarios para el juramento

- Copia del registro de residente o un certificado de los elementos registrados en el registro de residente de ambas personas.
- Certificado del registro familiar que incluye todos los asuntos emitido dentro de los 3 últimos meses de cada uno (certificado del registro familiar completo).

*En caso de los ciudadanos extranjeros, los documentos requeridos difieren según el país de origen, por lo que se debe consultar en la División de Promoción de los Derechos Humanos.

- Identificación personal

Una identificación con fotografía (pasaporte, licencia de manejo, tarjeta de residencia, etc.)

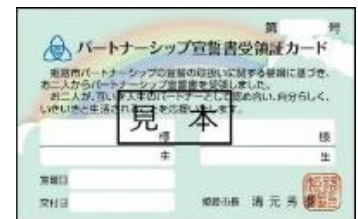
O dos o más identificaciones sin fotografía (tarjeta de seguro médico, libreta de pensión, etc.).

3. Ambas personas deben verificar, firmar a mano y entregar la “confirmación del Juramento de Pareja”.

4. Pasar a recogerlo en la fecha y hora indicada.

Lugar de emisión: edificio principal del ayuntamiento de Himeji, primer piso, centro de ventanillas para residentes

*Un representante puede recoger el documento. Si desean que se les envíe por correspondencia, llevar estampillas postales al juramento.



※Este sistema no tiene ningún efecto legal porque es un sistema de parejas reconocido por el gobierno local. Sin embargo, pueden recibir servicios proporcionados por empresas y gobiernos locales al igual que las parejas heterosexuales.

Ejemplo: Puede ser beneficiario de una póliza de seguro de vida, Pueden mudarse a una vivienda pública como una familia, etc. Además, hay posibilidad de que sea más fácil ganar aceptación social que las parejas que no utilicen este sistema.

Construyamos una ciudad libre de discriminación de género



¿Alguna vez has escuchado la palabra LGBT?

L (Lesbiana): Mujer que tiene sentimientos románticos por el mismo sexo.

G (Gay): Hombre que tiene sentimientos románticos por personas del mismo sexo.

B (Bisexual): Persona que tiene sentimientos románticos tanto por hombres como por mujeres.

T (Transgénero): Persona cuya mente y cuerpo no coincide.

De esta manera, hay gente diversa. ¿Estás usando casualmente frases como “Soy niño y debo ...” o “Es niña y debe ...”? No asumas que debe ser así, respeta la individualidad de cada persona y evita los estereotipos. Es importante que todas las personas vivan reconociendo la diversidad sin discriminación.

Si tiene alguna inquietud sobre su identidad de género o está siendo intimidado por ello, puede consultar en el siguiente sitio.

○ Consulta Especial de Derechos Humanos Fecha: 1er jueves de cada mes, de 1:00pm a 4:00pm

Lugar: Egret Himeji 4to piso

Para más información: Centro de Información sobre Derechos Humanos, Departamento de Promoción de Derechos Humanos, Oficina de Ciudadanos, Ayuntamiento de Himeji

Teléfono: 079-282-9801 FAX: 079-282-9820

★ También hay un espacio comunitario llamado “Soraniji Himeji” donde las personas LGBT, personas con problemas de la vida diaria y aquellos que tienen problemas de salud mental pueden reunirse e interactuar libremente.

De 11:00am a 9:00pm Cerrado: Miércoles Tarifa de uso: 300 yenes por día

Dirección: 3 Nikaimachi, Himeji Teléfono: 050-3746-4571

URL: <https://soranijihimeji.wordpress.com/>

¡Vamos a conocer los objetivos de ODS!



8. Trabajo decente y crecimiento económico

Promover el crecimiento económico sostenido, incluyente y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.



9. Industria, innovación e infraestructura

Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación.



10. Reducción de las desigualdades

Crear una sociedad de todas las personas, independientemente de su edad, sexo, raza, etnia, discapacidad, religión, situación económica, u otra condición. Crear un mundo donde todos los países tengan los mismos derechos y puedan desarrollarse.

Problemas de Compras en línea

¿Tienen experiencia de hacer compras a través de Internet? Han aumentado las compras por Internet por ser accesibles y convenientes. Por otro lado, se han presentado varios reportes de fraudes.



◆ Con el fin de no ser engañado...

Tener precaución en los sitios de web sospechosos.

Se debe chequear si el sitio de web tiene solo el número de teléfono como el contacto, si no hay número de casa en el domicilio, si el URL es inusual, o si ofrece un descuento excepcional.

Comprobar las reglas de cancelación y devolución antes de la compra.

Hay algunos casos en que la cancelación tiene condiciones minuciosas. Existe la posibilidad de que se requiera un pago adicional para cancelar, o sea condición tener que comprar varias veces aunque solo se desee comprar una vez.

Comprobar el método de la liquidación.

Debe identificar si es el mismo nombre el administrador del sitio de web y el nombre de la cuenta donde se paga de antemano. (Debe tener precaución si se trata de una transferencia a una cuenta con nombre diferente.)

◆ Si piensa que fue engañado...

Puede consultar en el centro siguiente aunque sea después de la paga.

Centro de los asuntos de consumidores de la ciudad de Himeji : 079-221-2110

Horario : Días laborables Entre las nueve de la mañana y las cinco de la tarde

Términos para la prevención de desastres

はんらん

氾濫 Hanran : Desbordamiento

Es la situación que ocurre cuando crece el río y se desborda enérgicamente.

Por ejemplo : はんらんちゅういじょうほう

Hanran chuui jouhou

Es la información de prestar la atención porque el crecimiento en los ríos está ocurriendo.



Desastres naturales que se pueden considerar como causados por el calentamiento global ocurrieron en 2022 en varios lugares de todo el mundo. La Copa Mundial de Rugby de Francia se celebrará en 2023. Esperamos que este deporte alegre al mundo, como el evento anterior celebrado en Japón. Apoyemos todos el evento.

Colaboradores de la redacción de esta edición

Japonés: KUNIMITSU Minako, SHIGETA Fusako, HONJO Masako, MOCHIZUKI Toshiharu

Español: OTOSHI Yoshiro, HATTORI Chie, SHIMIZU Kenichiro

Solo ponemos los nombres de quienes permitieron imprimir. Agradecemos su ayuda.

Lea los números anteriores de 「VIVA!ひめじ」 en nuestro sitio web (<https://www.himeji-iec.or.jp/>).

El próximo número saldrá en marzo, 2023.

Esperamos sus opiniones y comentarios.

Buscamos asistentes que ayuden a la traducción y corrección. Por favor póngase en contacto con nosotros en la dirección a laderecho en mención.



sitio web

INFORMACIÓN

Fundación Cultural e Intercambio

Internacional de Himeji

Edificio Egret Himeji 3er. Nivel,

68-290 Honmachi Himeji, 670-0012

TEL : 079-282-8950 FAX : 079-282-8955

Correo electrónico : info-iec@himeji-iec.or.jp